



DAS FISSLER MAGAZIN | 01 | 2016

# KOCHLUST

**Fissler**

We are  
**»Family«**

» S. 4

Kostenlos  
mitnehmen &  
genießen!



DIE FEINE LEBENSART  
**Schulbankdrücken  
mit Genuss – die Fissler  
Koch-Akademie** » S. 17

WISSENSHUNGER  
**Richtig braten  
richtig einfach** » S. 20



»Nach einem trefflichen Mittagessen  
ist man geneigt, allen zu verzeihen.«

OSCAR WILDE, IRISCHER SCHRIFTSTELLER UND LEBEMANN



Seite 4



Liebe Leserin, lieber Leser,

Verlässlichkeit ist eine Tugend, die gerade in unserem schnell getakteten Alltag wieder hoch im Kurs steht. Schließlich braucht es bei all der Mobilität, Flexibilität und Spontaneität, die beruflich wie privat gefordert und geliefert werden, einen sicheren Hafen, in den man zumindest ab und zu mal zum Auftanken einlaufen kann.

Wir bei Fissler sind der Meinung, dass man das nirgends besser kann als bei einem guten Essen mit den Menschen, die einem am nächsten stehen. Dabei spielt weniger eine Rolle, was auf den Tisch kommt, sondern wie es zubereitet wurde. Liebe geht bekanntlich durch den Magen – und sie kann in einem einfachen Teller Suppe genauso stecken wie in einem aufwendig gekochten Festessen. Entscheidend ist letztlich das warme Gefühl, das sich beim gemeinschaftlichen Verspeisen einstellt. Das dafür sorgt, dass Unruhe und Anspannung einer neuen Gelassenheit weichen. Und das unweigerlich die Laune hebt.

Wie wäre es also, wenn Sie Freunde und Familie mal wieder bei sich zu Tisch bitten würden? Einen Vorschlag für ein leckeres Menü hätten wir da schon parat – und auch die eine oder andere Idee, wie Sie noch mehr Quality-Time mit Ihren Lieben verbringen können ...

Wir wünschen Ihnen entspannte Stunden beim gemeinsamen Genießen!

Ihr Markus Kepka  
Geschäftsführung, Fissler GmbH



Seite 20



Seite 24



Seite 12



Seite 8



Seite 14

# Inhalt

|  |  |    |
|--|--|----|
| <b>TITELTHEMA:</b>                           |  |    |
| <b>WE ARE »FRAMILY«</b>                      |  | 4  |
| »Eine(r) für alle, alle für einen«           |  | 6  |
| <b>ZU GAST BEI ...</b>                       |  | 8  |
| ... den neuen »Rittern der Tafelrunde«       |  |    |
| <b>ANLEITUNG ZUM GENIESSEN</b>               |  |    |
| Schnelle Frühlingsgemüse-Suppe               |  | 10 |
| Heilbutt mit Weintrauben und Salbei          |  | 12 |
| auf Graupenrisotto                           |  | 14 |
| Französische Schokoladentarte aus der Pfanne |  |    |
| <b>DIE FEINE LEBENSART</b>                   |  |    |
| Wenn aus Fremden Freunde werden              |  | 16 |
| Schulbankdrücken mit Genuss –                |  | 17 |
| die Fissler Koch-Akademie                    |  |    |
| <b>DAS RICHTIGE WERKZEUG</b>                 |  | 19 |
| <b>WISSENSHUNGER</b>                         |  | 20 |
| Richtig braten richtig einfach               |  |    |
| <b>GENUSSVOLL UNTERWEGS</b>                  |  |    |
| Spiel, Spannung und Radieschen               |  | 23 |
| Ferien in Bullerbü                           |  | 24 |
| <b>DIE FISSLER COMMUNITY</b>                 |  |    |
| Bestens vernetzt                             |  | 26 |
| <b>PRODUKTE IM HEFT</b>                      |  | 27 |
| AUSBlick                                     |  | 27 |
| IMPRESSUM                                    |  | 28 |
| <b>GEWINNSPIEL</b>                           |  | 18 |

# We are »Framily«

Egal, ob sorgfältig zusammengestelltes Menü oder improvisierter Eintopf mit allem, was der Kühlschrank hergibt – wenn es ums Essen geht, gilt das Motto: Je mehr, desto besser. Und damit ist nicht etwa die Größe der Portionen gemeint, sondern die Anzahl der Personen, die um den gedeckten Tisch versammelt sind. Wie so ziemlich jeder aus eigener Erfahrung wissen dürfte, schmeckt es einfach noch mal so gut, wenn man seine Suppe nicht einsam in sich hineinlöffelt, sondern in geselliger Runde verspeist.

Die Auswahl der Gäste, die zum großen oder kleinen Festschmaus einge-

laden werden, hat sich in den letzten Jahrzehnten allerdings stark verändert. Statt nur Geschwistern, Cousinen, Neffen & Co. kommen selbst bei traditionellen Familienfesten wie Ostern oder Weihnachten immer häufiger auch gute Freunde in den Genuss der selbst gekochten Köstlichkeiten.

Soziologen haben für diese Entwicklung eine ebenso einfache wie einleuchtende Erklärung: Weil es immer weniger Kinder und immer mehr Singles gibt, machen viele Menschen aus der Not eine Tugend und stellen sich ihre Wunschfamilie ganz einfach selbst zusammen. Eine griffige

Bezeichnung für das Phänomen gibt es natürlich auch. »Framily« (ein Kofferwort aus den englischen Begriffen Friends und Family) nennt sich der bunte Mix aus echter und gefühlter Verwandtschaft, der uns in guten wie in schlechten Zeiten ein rundum gutes Gefühl gibt.

Dass Geborgenheit, Sicherheit, Fürsorge und Vertrauen – also die familiären Werte schlechthin – nach wie vor hoch im Kurs stehen, kommt nicht von ungefähr. Sie sorgen schließlich für die nötige Erdung, mit der wir die zahlreichen Herausforderungen, die täglich auf uns warten, souverän meistern können.



»Jedermann wird zugestehen, dass der Mensch ein soziales Wesen ist. Wir sehen es in seiner Abneigung gegen Einsamkeit sowie seinem Wunsch nach Gesellschaft über den Rahmen seiner Familie hinaus.«

Charles Darwin

Wenn die leibliche Familie diesen Rückhalt nicht geben kann, springen Freunde in die Bresche und sind für uns da, wann immer wir sie brauchen. Sie helfen beim Umzug, hüten den Nachwuchs, coachen für das Vorstellungsgespräch, bringen einen Topf Hühnersuppe vorbei, wenn uns die Grippe erwischt hat, und rücken uns den Kopf zurecht, falls wir mal über die Stränge schlagen. Kurzum: Sie sind die Brüder und Schwestern, die wir nie hatten oder die unglücklicherweise für spontane Hilfseinsätze zu weit weg wohnen. Und das ist schließlich Grund genug, unseren Wahlverwandten nicht nur in unserem Leben, sondern auch an unserem Esstisch einen festen Platz einzuräumen. Auch und gerade, wenn klassische Familien-Events ins Haus stehen ...

#### STOLZER STAMMBAUM

Die »Fissler Familie«, deren Wurzeln bis ins Jahr 1845 zurückreichen, zählt bemerkenswert viele Mitglieder. Dass die meisten einen anderen Namen tragen, tut der Sache keinen Abbruch: Die rund 800 Mitarbeiter des Idar-Obersteiner Traditionsunternehmens sind sozusagen Seelenverwandte, die sich den Werten des Hauses ebenso verpflichtet fühlen wie seine Besitzer, die es seit fünf Generationen führen.

#### Ein Freund, ein guter Freund ...

Laut der Erhebung »FREUNDE FÜRS LEBEN«, die 2014 vom Institut für Demoskopie Allensbach für den Kaffeexperten Jacobs durchgeführt wurde, halten 85% der Deutschen gute Freunde für »ganz besonders wichtig«. Noch bemerkenswerter als die Zahl an sich ist die Tatsache, dass Freundschaft noch um einiges häufiger als Partnerschaft und Ehe als zentraler Wert im Leben genannt wird.



Zu einem ähnlich eindeutigen Ergebnis kommt die »HAPPINESS-STUDIE«, die im selben Jahr für Coca-Cola erstellt wurde. Über die Auswertung der erhobenen Daten hinaus führt das beauftragte Expertenpanel aus, dass man zum Erhalt der Freundschaft aktiv etwas tun muss – und liefert dafür gleich eine praxiserprobte Idee: »Weil das soziale Umfeld nicht mehr vorgegeben ist, muss es nicht nur selbst gewählt, sondern auch gepflegt und aufrechterhalten werden. Dafür stellen Netzwerkmedien neue und mächtige Werkzeuge bereit. Gleichzeitig werden analoge Face-to-Face-Begegnungen immer seltener, aber wertvoller. Die Gemeinschaft wird zelebriert: Werktags schiebt der Single eine Pizza ins Rohr, am Wochenende wird mit Freunden das Kochen zum gemeinsamen Event.«

»Freunde fürs Leben«, erhältlich bei Jacobs Douwe Egberts DE GmbH; »Happiness-Studie. Die Megatrends unserer Gesellschaft und ihr Potenzial für Lebensfreude«, erhältlich beim Happiness-Institut von Coca-Cola Deutschland

# »Eine(r) für alle, alle für einen.«

Kochen mit Familie und Freunden liegt voll im Trend. Und was noch viel wichtiger ist: Das kollektive Erlebnis schweiß die gewachsene oder gewählte Gemeinschaft noch enger zusammen und macht dabei auch noch jede Menge Spaß. Außerdem bleibt beim gemeinsamen Schnipeln und Brutzeln der Hausfrau, respektive dem Hausmann, das traurige Schicksal erspart, allein am Herd zu schufteln, während alle anderen sich im Esszimmer prächtig unterhalten.



Damit die vielen Köche sich nicht gegenseitig ins Gehege kommen, sollte man vor dem Startschuss zum Koch-Event aber unbedingt für klare Verhältnisse sorgen. Nicht umsonst herrscht in Profiküchen ein strenges Regiment: Der Chef de Cuisine sagt an, was gemacht wird, die Chefs de Partie kümmern sich um die einzelnen Komponenten des Menüs, und die Küchenhilfen sorgen dafür, dass alles perfekt vorbereitet und picobello sauber ist. Ganz so straff durchorganisiert muss das gesellige Ereignis natürlich nicht sein, aber ein wenig Planung und eine vernünftige Absprache braucht es auf jeden Fall.

## ALLES AN SEINEM PLATZ

Neben dem Einkauf gehört zur Vorbereitung des gemeinschaftlichen Kochens auch das Herrichten der heimischen Küche. Aufgabe Nummer eins lautet hier: Platz schaffen. Also weg mit dem Nippes und den vielen Gerätschaften, die sich klammheimlich breitgemacht haben und wertvollen Raum in Anspruch nehmen. Bleiben darf nur, was zur Vorbereitung des Essens auch wirklich gebraucht wird. Wenn die vorhandene Arbeitsfläche knapp bemessen ist, sorgen ein Beistelltisch oder ein Brett über der Spüle ohne großen Aufwand für Abhilfe.



Als nächstes stehen die Werkzeuge auf dem Programm. Im Idealfall sollte für jeden Helfer ein scharfes Messer, ein Schneidebrett, ein Geschirrtuch und eine Schürze parat liegen. Spezialwerkzeuge wie Sparschäler oder Schneebesens platziert man am besten an einer prominenten Stelle, damit sie griffbereit zur Hand sind und keine Schubladen mehr geöffnet werden müssen, wenn sich die komplette Koch-Crew in der Küche tummelt.

Ähnliches gilt natürlich auch für die Zutaten, die für die einzelnen Gerichte benötigt werden. Was nicht gekühlt werden muss, kann man schon vor dem offiziellen Startschuss bereitstellen – also Sachen aus dem Vorratsschrank wie Nudeln oder Dosentomaten und natürlich alles, was an Gewürzen in Frage kommt. Wenn ein Kuchen gebacken oder Mayonnaise gerührt werden soll, rechtzeitig Butter und Eier aus dem Kühlschrank nehmen, damit sie Zimmertemperatur haben, wenn sie verarbeitet werden. Auch das Fleisch sollte Gelegenheit bekommen, sich zu akklimatisieren, bevor es in die Pfanne kommt.

## JEDER, WIE ER KANN

Bevor alle zur Tat schreiten, sorgt eine Vorbesprechung dafür, dass jeder weiß, was zu tun ist. Die Verteilung der Aufgaben sollte im Zweifelsfall derjenige vornehmen, der am meisten Erfahrung beim Kochen hat. Ein wenig diplomatisches Geschick braucht es allerdings auch, damit bei den Helfern keine Missstimmung aufkommt. Schließlich soll jeder mit Spaß bei der Sache sein und nicht beleidigt das Feld räumen, weil er nur die Kartoffeln schälen darf.

Wenn Kinder mit von der Partie sind, braucht es besonderes Fingerspitzengefühl. So mancher kleine Koch überschätzt seine Fähigkeiten in der Küche und quittiert eine vermeintliche Fehlbesetzung mit lautstarkem Protest. Richtig verkauft wird aber selbst die unbedeutendste Aufgabe zur wichtigen Sache, und eine Ernennung zum obersten Geschmackstester hat schon so manche beleidigte Leberwurst wieder aus der Reserve gelockt.

## 5 gehaltvolle Extra-Tipps

- 👉 Abfallbehälter an den Arbeitsplätzen verteilen
- 👉 Putzsachen für den Fall der Fälle bereitstellen
- 👉 Rezepte für alle gut sichtbar aufhängen
- 👉 Zwischendurch Appetithäppchen und Kostproben servieren
- 👉 Kleine Getränkeauswahl samt »Barkeeper« einplanen

## ENDE GUT, ALLES GUT

Damit das letzte Kapitel des gemeinsamen Kochens nicht zu kurz kommt, muss es genauso überlegt geplant werden wie die vorhergehenden. Man sollte nicht darauf zählen, dass sich nach dem kreativen Teil des Events schon einer findet, der hilft, klar Schiff zu machen. Zu groß ist die Verlockung, sich nach dem Essen zurückzuziehen und die Küche ganz einfach ihrem Schicksal – oder besser gesagt ihrem Besitzer – zu überlassen.

Klüger ist es, schon vor der Schlacht am Herd diejenigen unter den Mitkochern auszumachen, die sich am Putzen und Aufräumen beteiligen. Als kleine Belohnung können sich die tapferen Helfer ja vielleicht den Rest vom Nachtschiff teilen – vorausgesetzt natürlich, dass noch welcher da ist.

Generell kann man jungen Helfern schon einiges in der Küche zutrauen – man muss sich nur wagen. Das Ausbeinen einer Lammkeule sollte man ihnen nicht unbedingt überlassen, aber selbst Dreijährige können schon tatkräftig beim Kochen helfen und beispielsweise Teig rühren oder den Salat waschen. Was man seinem Nachwuchs an schwierigeren Jobs auftragen kann, wissen am besten die Eltern. Und die entscheiden natürlich auch, wie groß das Messer sein darf, das ihre Kids zum Arbeiten benutzen.

## EIN TOPF FÜR ALLE FÄLLE

Ob kleine Gerichte fürs große Buffet oder Eintopf für eine ganze Fußballmannschaft: Die original-profi collection® von Fissler bietet für jede Kochaktion das perfekte Geschirr. Seit ihrer Einführung vor gut 40 Jahren ist die Serie, die von Profis für Profis entwickelt wurde, immer größer geworden. **50 Artikel**, von der handlichen Sauteuse bis zum hohen Kochtopf mit 14 Litern Fassungsvermögen, gehören aktuell zur **Produktfamilie...**



# ... den neuen »Rittern der Tafelrunde«

Das Leben ist viel zu kurz, um es ständig beim Dinner for One zu verbringen. Frei nach dem Motto »Freunde kochen für Freunde« hat sich rund um den Globus eine neue Art von Esskultur etabliert, die gerade von Food-Bloggern nur zu gerne gepflegt wird.

## GASTFREUNDSCHAFT MADE IN THE USA

**Willow Arlen** braucht keinen besonderen Anlass, um zum Essen an ihren Tisch zu bitten. Viele ihrer Freunde schauen mit schöner Regelmäßigkeit bei ihr und ihrem Mann vorbei, um eine Runde Karten zu spielen und dabei die eine oder andere Portion gepimpte Hausmannskost zu verpeisen.

Als bekennender Foodie steht die sympathische Mittzwanzigerin Tag für Tag am Herd und probiert dabei immer wieder

neue Rezepte aus. Die Ergebnisse ihrer kulinarischen Experimente serviert sie dann gerne jedem, der Zeit und Lust hat, sie zu besuchen. »Ich liebe es, das, was ich gekocht habe, mit anderen zu teilen«, bekräftigt Willow mit Nachdruck. »Essen ist nämlich mehr als einfach nur Nahrung. Es beschert uns Lebensfreude, Glück und Freundschaft – weil es Menschen über Küchen und Kontinente hinweg zusammenführt.«

Die Zutaten für ihre Gerichte holt sie am liebsten auf einem der Bauernmärkte im wenige Kilometer entfernten Ann Arbor. Dort findet sie alles, was ihr Heimatstaat an landwirtschaftlichen Erzeugnissen zu bieten hat – erntefrische Kartoffeln, zarten Mais und vor allem knackige Äpfel und Kirschen, für die Michigan weit über seine Grenzen hinaus berühmt ist. »Ein wenig Salat und Gemüse baue ich auch selbst in meinem kleinen Garten hinter dem Haus an. In den letzten zwei Jahren war die Ernte allerdings gleich Null, weil unser Babyhund Neko alles ausgebuddelt hat, wenn ich mal nicht aufgepasst habe.«

Was zum Kochen noch fehlt, besorgt sie in einem großen Food Store, der auch eine ganze Reihe von Bioprodukten im Angebot hat. »Früher war es mir egal, was ich gegessen habe – und das hat man mir auch angesehen«, erinnert sich Willow. »Ich hatte schlechte Haut und brachte so einige Pfunde zu viel auf die Waage. Mit ungefähr 15 habe ich dann angefangen, selbst zu kochen. Seitdem achte ich darauf, dass nur vernünftige Sachen im Topf und vor allem in meinem Bauch landen.«

Ähnlich qualitätsbewusst ist die passionierte Köchin auch in puncto Equipment. »Wenn ich mir etwas Neues anschaffe,

»Ich liebe es, das, was ich gekocht habe, mit anderen zu teilen.«



suche ich gezielt nach Sachen, die hochwertig und robust sind und entsprechend lange halten. Weil ich so viel koche, ist schließlich alles ständig im Einsatz. Bei Töpfen und Pfannen achte ich darauf, dass sie einen schweren Boden haben, damit sich die Hitze schön gleichmäßig verteilt. Außerdem sollten sie möglichst vielseitig sein – damit ich sie beispielsweise auch in den Ofen stellen kann, um ein Gericht fertig zu garen.«

Besonders wichtig ist das natürlich an großen Festtagen wie Thanksgiving, Weihnachten oder Geburtstagen, an denen neben den Freunden auch die bis zu fünf Autostunden entfernt lebende Verwandtschaft bei Willow zum großen Festessen einläuft. Da können schon mal 16 Personen zusammenkommen – plus dem vierbeinigen Familienmitglied mit dem schwarz-braunen Fell. Für Neko gibt es zur Feier des Tages dann auch ganz besondere Leckerli, die Willow vor der großen Küchenschlacht eigens für ihn gebacken hat.

[www.willcookforfriends.com](http://www.willcookforfriends.com)

## WILLKOMMEN IN BERLIN

Alleine essen ist nicht ihr Ding. Darum bringt **Pauline Bossdorf** neben einem prall gefüllten Einkaufskorb auch gerne ein paar Freunde mit nach Hause. Die bewirte sie dann mit kreativen Gerichten, die sie in ihrer offenen Küche mal eben aus der Lamäng zaubert. Beim Einkaufen lässt sie sich gerne von dem inspirieren, was der Markt gerade an Leckerem zu bieten hat. In der Küche lässt sie ihrer Fantasie dann freien Lauf und probiert mit Begeisterung immer wieder neue Geschmäcker aus. Ihre gelungensten Kreationen veröffentlicht sie auf ihrem Blog, dessen Name direkt verrät, was ihr beim Essen am wichtigsten ist: *Living the Healthy Choice*.

Möglichst frisch, natürlich und vollwertig muss es für Pauline sein, weil ihr das ganz einfach am besten schmeckt. Und weil sie trotz aller Kochbegeisterung doch lieber mit ihren Freunden zusammensitzt als am Herd zu stehen, sind ihre Rezeptideen tendenziell unkompliziert und schnell umzusetzen. Angerichtet wird dann in großen Schüsseln, bei denen sich jeder nach Gusto bedienen kann. Dass bei ihr nie Fleisch auf den Tisch kommt, hat ihre Mitesser noch nie gestört. Dafür sind ihre vegetarischen Kreationen einfach viel zu lecker.

[www.livingthehealthychoice.com](http://www.livingthehealthychoice.com)



## TEILEN AUF SPANISCH

**Eva Olivares** ist nach eigenen Angaben eine typische Südländerin: Familie und Freunde gehen ihr über alles. Ihre Verwandtschaft ist zwar relativ klein, dafür gibt es aber eine ganze Reihe Amigos, die sie fest ins Herz geschlossen hat. »Ich halte es aber mit unserem Sprichwort »mejor pocos y bien avenidos«, erklärt die quirliche Katalanin. »Das bedeutet, dass einige wenige Freunde, die richtig gut zu einem passen, viel besser sind als ein riesiger Bekanntenkreis.«

Die Verwandten und Freunde schart sie meist sonntags um sich, weil dann auch ihr Vater, der unter der Woche in Tunesien arbeitet, beim Essen dabei sein kann. Am liebsten verwöhnt sie ihre Gäste mit spanischen Klassikern wie Tortilla, Paella oder Fischsuppe – und natürlich einem ihrer berühmten Desserts. »Nach meinem Zitronenbaiser-Pie sind alle ganz verrückt«, verrät die Food-Bloggerin lachend. »Den backe ich noch immer total gerne, obwohl er mir einmal voll danebengegangen ist. Ich hatte den Kuchen zum Bräunen des Eischnees unter den Grill gestellt und war für gefühlte zwei Minuten aus der Küche gegangen. Als ich wiederkam, war alles voller Qualm, und als ich den Backofen aufmachte, schlugen mir Flammen entgegen. Vor lauter Schreck knallte ich die Tür gleich wieder zu und rief die Feuerwehr, die wenig später mit Blaulicht und Martinshorn anrückte. Zum Glück ist nichts weiter passiert – außer dass mir an diesem Tag der Appetit auf Süßes gründlich vergangen war.«

[www.evacuinera.com](http://www.evacuinera.com)



original-profi collection®  
Hoher Kochtopf



original-profi collection®  
Kochtopf



perfection  
Santokumesser  
mit Kullen



Holzschneidebrett



Q! Pendelschäler



Q! Suppenkelle



Schnell  
selbst gekocht

Gemüse- oder Hühnerbrühe  
ist im Schnellkochtopf ruckzuck  
zubereitet. Ein  
Rezept für die  
Gemüsebrühe  
finden Sie  
hier



## Schnelle Frühlingsgemüse- Suppe

Für 8 Personen

- 2 l** Gemüse- oder Hühnerbrühe
- 1** mittelgroße Zwiebel
- 2** große Karotten
- 2 Stangen** Bleichsellerie
- 4-5** Knoblauchzehen
- 2-3 Zweige** frischer Thymian
- 3 EL** Olivenöl
- 500 g** neue Kartoffeln
- 800 g** Cannellini-Bohnen, eingeweicht und abgetropft (ca. 2 Dosen)
- 200 g** Zuckerschoten
- 200 g** Erbsen (frisch oder tiefgekühlt)
- 100 g** frischer Babyspinat
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen
- 1 Handvoll** frische Frühlingskräuter (z. B. Schnittlauch, Petersilie oder Basilikum)

1. Die Gemüse- oder Hühnerbrühe in einem Topf heiß werden lassen.
2. Die Zwiebel und die Karotten schälen und würfeln, den Bleichsellerie putzen und in etwa 1 cm breite Stücke schneiden. Den Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Thymianblättchen von den Stängeln zupfen.
3. Die Kartoffeln gut abbürsten und eventuell dünn schälen, dann in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Cannellini-Bohnen abschütten, mit kaltem Wasser abbrausen und abtropfen lassen.
4. Das Öl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebel, Karotten und Bleichsellerie darin etwa 5-7 Minuten anschwitzen. Dann den Knoblauch und die Thymianblättchen zugeben, leicht salzen und weitere 1-2 Minuten dünsten.
5. Nun die heiße Brühe, die Kartoffeln und die Cannellini-Bohnen mit in den Gemüsetopf geben und die Suppe aufkochen lassen. Nach Geschmack salzen und alles bei kleiner Hitze einige Minuten köcheln.
6. Wenn die Kartoffeln weich sind, den Herd ausschalten und die Zuckerschoten, die Erbsen und den Spinat hinzuzufügen. Etwa 1-2 Minuten ziehen lassen.
7. Die Suppe mit Pfeffer und eventuell noch etwas mehr Salz abschmecken. Die Kräuter grob schneiden und zur Suppe servieren.



»Gerade wenn ich Gäste habe, bin ich froh um jede Minute, die ich nicht in der Küche verbringen muss. Mit einem guten Messer ist das Gemüse im Handumdrehen vorbereitet und die Suppe entsprechend schnell fertig. So habe ich mehr Zeit, das Essen gemeinsam mit meinen Freunden zu genießen.«

Willow Arlen (www.willcookforfriends.com)



original-profi collection®  
Kochtopf



protect alux premium



Holzschneidebrett



profession Gemüsemesser



perfection Kochmesser



Q! Kochlöffel mit Silikon



Bratwender comfort

# Heilbutt

## mit Weintrauben und Salbei auf Graupenrisotto



Für 8 Personen

- 4 Schalotten
- 4 Stangen Staudensellerie
- 2 Möhren
- 8 EL Öl
- 400 g Graupen
- 1200 ml Gemüsefond
- 2 EL Butter
- 250 g Gorgonzola
- 200 g helle Weintrauben
- 200 g rote Weintrauben
- 8 Heilbuttfilets à 125 g
- 8 Stiele Salbei
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen

### Graupenrisotto:

1. Die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Staudensellerie und Möhren waschen, die Enden entfernen und das Gemüse ebenfalls fein würfeln.
2. 4 EL von dem Öl in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin anschwitzen. Das Gemüse hinzufügen und kurz mitbraten, dann die Graupen zugeben und so lange dünsten, bis sie leicht glasig sind.
3. Nun das Ganze mit dem Gemüsefond nach und nach ablöschen, so dass die Graupen immer mit etwas Flüssigkeit bedeckt sind. Anschließend bei niedriger Hitze ca. 25 Minuten köcheln lassen.
4. Den Gorgonzola in kleine Stücke schneiden und kurz vor Ende der Garzeit zusammen mit der Butter unterrühren. Zum Schluss das Risotto mit Salz und Pfeffer würzen.

### Heilbutt:

5. Die Weintrauben waschen, trocken tupfen und halbieren.
6. Den Heilbutt abspülen, trocken tupfen und salzen.
7. Das restliche Öl in zwei antihaftversiegelten Pfannen erhitzen und den Fisch darin etwa 3 Minuten von jeder Seite braten.
8. Kurz vor Ende der Garzeit jeweils die Hälfte von den Weintrauben und dem Salbei zugeben. Den Heilbutt aus den Pfannen nehmen und pfeffern.
9. Das Graupenrisotto auf Tellern verteilen, den Heilbutt darauf anrichten. Mit den Weintrauben garnieren.





# Französische Schokoladentarte aus der Pfanne

**150 g** Schokolade  
**70 g** Butter  
**3** Eier  
**1 Prise** Salz  
**125 g** Zucker  
**125 ml** Sahne  
**3 EL** Mehl  
**½ TL** Backpulver  
**etwas** Öl  
**1 EL** Semmelbrösel  
 Puderzucker

1. Die Schokolade zerbröckeln und mit der Butter in einem kleinen Topf schmelzen lassen. Dann zur Seite stellen und etwas abkühlen lassen.
2. Die Eier trennen und das Eiweiß mit dem Salz und der Hälfte des Zuckers zu Schnee aufschlagen.
3. Die Eigelbe mit dem restlichen Zucker, der Sahne und der Butter-Schoko-Masse schaumig rühren. Dann das mit Backpulver vermischte Mehl einarbeiten.
4. Den Eischnee auf die Teigmasse geben und vorsichtig unterheben.
5. Eine antihaftversiegelte Pfanne mit 28 cm Durchmesser mit Öl auspinseln und mit Semmelbröseln austreuen.
6. Den Teig in die Pfanne geben, einen passenden Deckel auflegen und bei etwa  $\frac{1}{3}$  der maximalen Herdtemperatur 20-30 Minuten backen. Wenn beim Einstechen eines Holzstäbchens in den Teig nichts haften bleibt, ist die Tarte gar und kann auf einen Teller gestürzt werden.
7. Mit Puderzucker bestäuben und am besten noch warm servieren.

# Wenn aus Fremden Freunde werden

Etwas abenteuerlich ist die Sache schon: Man reserviert einen Platz an einer unbekannt Location für ein Dinner bei einem Menschen, dem man noch nie zuvor begegnet ist und – noch viel riskanter – von dem man nicht einmal weiß, ob er überhaupt kochen kann. Doch genau darin liegt der Reiz der Supper-Clubs, die über die letzten Jahre in allen größeren Städten aufgepoppt sind. Viel passieren kann dabei ohnehin nicht. Im schlimmsten Fall muss man den Abend unter »netter Versuch« verbuchen und auf dem Nachhauseweg eine anständige Pizza besorgen; im besten Fall genießt man ein exzellentes Essen mit interessanten Menschen, die man sonst vielleicht nie kennen gelernt hätte.

Die Chancen, dass einem bei dem kulinarischen Blind Date das Herz aufgeht, stehen ausgesprochen gut. Wer mit Kochen partout nichts am Hut hat, stellt sich nämlich nicht an den Herd und

werkelt stunden- oder gar tagelang, um wildfremden Leuten ein mehrgängiges Menü zu kredenzen. Tatsächlich sind die Ambitionen der Guerilla-Restaurateure fast durchweg extrem groß. Einige von ihnen – wie beispielsweise die diplomierte Cordon-Bleu-Pâtissière Astrid Sophie Fleisch , die mit ihrem Sophiencafé nach eigenem Bekunden den wahrscheinlich einzigen Teeclub auf dem europäischen Kontinent betreibt – arbeiten sogar auf derart hohem Niveau, dass man beim Verspeisen der aufgetischten Köstlichkeiten förmlich die Sterne funkeln sieht. Das Sophiencafé kann übrigens auch für private Teestunden oder Backkurse gebucht werden.

Was die Teilzeit-Chefs zu den selbst auferlegten Höchstleistungen in der Küche antreibt, ist der Wunsch, sich objektiveren Kritikern zu stellen als Verwandten oder Freunden. Und natürlich auch die Idee, einen bunt zusammengewürfelten Haufen

hungriger Glücksritter beim gemeinsamen Essen einander näherzubringen. Dass diese Rechnung eigentlich immer aufgeht, weiß eine Supper-Clubberin aus Hamburg wie kaum eine zweite. Monika Fuchs  ist dieses Experiment im Laufe ihres mittlerweile 78-jährigen Lebens schließlich schon unzählige Male geglückt – unter anderem hinter den Kulissen der Fernseh-Talkshow »Beckmann«, wo sie 16 Jahre lang illustre Gäste von Elton John bis Angela Merkel mit ihren Catering-Künsten verwöhnt hat. Seit April 2015 lädt sie jeden Freitag zu einem fünfgängigen Menü in ihr »Restaurant im Wohnzimmer« ein und erlebt dort mit schöner Regelmäßigkeit, was sie in einem Interview mit dem NDR einmal so treffend auf den Punkt gebracht hat: »Ihr werdet sehen, wie die Gruppe sich nach vier, fünf Stunden verbrüdernd hat. Die liegen sich nachher alle in den Armen.«



## Kleiner Wegweiser zum Underground-Genuss

 Sophiencafé, Berlin, [www.sophiencafe.de](http://www.sophiencafe.de)

 Restaurant im Wohnzimmer, Hamburg, [studiocatering@gmx.de](mailto:studiocatering@gmx.de)

 Armeritta Supper Club, Dortmund, [www.armerittasupperclub.blogspot.de](http://www.armerittasupperclub.blogspot.de)

 Rauschenbergers Supper Club, Stuttgart, [www.popup-restaurant.de](http://www.popup-restaurant.de)

 Secret Supper Club, Inning (bei München), [www.asecretsupperclub.wordpress.com](http://www.asecretsupperclub.wordpress.com)

 Weitere Empfehlungen (auch für Städte außerhalb Deutschlands) auf den Plattformen [www.supperclubbing.com](http://www.supperclubbing.com) und [www.unser-dinner.de](http://www.unser-dinner.de)



# Schulbankdrücken mit Genuss – die Fissler Koch-Akademie

 **KOCHSCHULE.DE**  
EINFACH. BESSER. KOCHEN.

Lernen muss nicht unbedingt eine trockene Angelegenheit sein. Den besten Beweis dafür liefern zahllose Kochschulen, die in Stadt und Land mit Kursen aufwarten, bei denen einem schon beim Lesen des Lehrplans das Wasser im Mund zusammenläuft. Ob basic oder gehoben, herzhaft oder süß, asiatisch oder mediterran, mit Fleisch oder vegetarisch – zumindest thematisch ist bei dem verlockenden Angebot garantiert für jeden Geschmack und jedes Fertigkeitenslevel etwas dabei.

Ob der gebuchte Kurs den Ansprüchen des ambitionierten Kochlehrlings genügt, steht allerdings auf einem ganz anderen Blatt. Um sicherzugehen, dass man am Ende des Tages auch wirklich um etliches Kochwissen reicher nach Hause geht, sollte man den Anbieter vor der Buchung genau unter die Lupe nehmen und sich nicht scheuen, auch die eine oder andere Frage zu stellen. Zum Beispiel, mit welchen Produkten die Küche ausgestattet ist, wie viele Teilnehmer sich die vorhandene Herde und Öfen teilen müssen und – last, but not least – wie es um den Background des Kursleiters bestellt ist.

Wer weder Zeit noch Lust hat, auf der Suche nach vertrauenswürdigen Anbietern stundenlang durch das World Wide Web zu surfen, muss seine kulinarischen Weiterbildungspläne nicht gleich an den Nagel hängen. Diese mühselige Arbeit haben nämlich zwei Männer auf sich genommen, deren Herz schon lange für genussvolles Kochen schlägt: Mit

[www.kochschule.de](http://www.kochschule.de) präsentieren Sebastian Heinz und Hannes Arendholz – ihres Zeichens Gastronomiesprössling respektive Profikoch – die besten Kochschulen Deutschlands in einem sehr bekömmlichen Online-Portal, auf dem inzwischen über 400 Institute und mehr als 1.000 Kurse zu finden sind.

Die 20 Besten der Besten von [kochschule.de](http://kochschule.de) wurden für eine ganz besondere Art von Lehrinstitution ausgewählt: die neue **Fissler Koch-Akademie**. Die Studenten, die sich dort »einschreiben«, profitieren nicht nur von dem Praxiswissen renommierter Chefs, sondern auch von dem geballten Know-



## Lehrplan à la Fissler

Bei den vierstündigen Kochkursen der Fissler Koch-Akademie geht es nach einem Aperitif zum Kennenlernen und einer ausführlichen Menübesprechung dann direkt zur Sache. Die Regie bei der Zubereitung des mehrgängigen Menüs übernimmt ein versierter Küchenprofi, von dem sich die Teilnehmer jede Menge Tricks und Kniffe abschauen können. Die Früchte der gemeinsamen Arbeit werden anschließend in geselliger Runde Gang für Gang an einer großen Tafel verspeist. Zu allen Gerichten, die vom Team [kochschule.de](http://kochschule.de) gemeinsam mit Fissler entwickelt wurden, werden selbstverständlich korrespondierende Getränke serviert. Aktuell stehen zwei Kurse auf dem Programm: »Die Kunst der feinen Röstaromen« und »Soul Food – Essen für die Seele«.

how eines Global Players in Sachen hochwertiges Kochgeschirr und Küchenhelfer. Zu den handverlesenen Partnern der Fissler Koch-Akademie zählen bekannte Adressen wie die Kochschule im Schloss Schellenberg, bei der man sich wie Mrs. Patmore aus Downton Abbey fühlen darf, oder die coolGiants AG, wo Stefan Marquart, Lucki Maurer und andere bekannte Gesichter die Küche rocken. Und die freuen sich nicht nur auf Einzelteilnehmer, sondern auch auf komplette Gruppen, die sich als eingeschworenes Team für das nächste große Festmahl fit machen wollen.



## BOOK & COOK

Bis zum 15. Juni 2016 gibt es bei der Fissler Koch-Akademie eine ganz besondere Aktion: Wer ab März im Handel eines der speziell gekennzeichneten Fissler Produkte kauft und sich vor der Deadline mit dem beiliegenden Code unter [www.kochschule.de/fissler](http://www.kochschule.de/fissler) registriert, hat die Chance, an einem von **1.000 Gratis-Kochkursen** teilzunehmen. Ansonsten können die Angebote der Fissler Koch-Akademie unter derselben Web-Anschrift natürlich auch ganz normal gebucht werden ...



# Gesucht und gefunden: die Fissler Koch-Akademie



## Gewinnspiel – 10 Gratis-Kochkurse



Sie sind auf der Suche nach einem Kochkurs, in dem Sie wirklich etwas lernen? Wir hätten da etwas im Angebot – und vielleicht können Sie sogar kostenlos an einem teilnehmen!  
Einfach bis spätestens **15. Juni 2016** unter [www.fissler.de/kochlust-gewinnspiel](http://www.fissler.de/kochlust-gewinnspiel) registrieren und die Daumen drücken. Unter allen Anmeldungen verlosen wir nämlich **10 Gratis-Kochkurse** im Herbst bei einer der Kochschulen der Fissler Koch-Akademie.  
Teilnahmebedingungen unter [www.fissler.de/kochlust-gewinnspiel](http://www.fissler.de/kochlust-gewinnspiel)

# Das richtige Werkzeug

### GROSSVERTEILER

Wenn der Magen vernehmlich knurrt, sollte es beim Servieren möglichst schnell gehen. Mit der voluminösen Q! Suppenkelle sind Eintopf & Co. ruckzuck auf dem Teller – und zwar ganz ohne Kleckern. Durch ihre Zitronenform und den speziell geformten Schüttrand gelingt präzises Ausgießen sogar mit links.  
**Q! Suppenkelle**, Fissler



### AUSGUCK

Jeder, der nach Rezept kocht, kennt das Problem: Ruckzuck sind Fettfinger und Tomatensoßenspritzer darauf verteilt. »Captain Cook« bietet Kochbuch oder Tablet einen sicheren Hafen – der praktische Kochbuchhalter wird einfach in den Hängeschrank eingehängt und kann nach dem Kochen platzsparend verstaut werden.  
**Captain Cook Kochbuchhalter**, [www.design-3000.de](http://www.design-3000.de)



### DAUERLÄUFER

Damit das Rührei auch nach der x-ten Portion noch geschmeidig auf den Teller gleitet, braucht es eine richtig gute Pfanne. Die protect alux premium überzeugt mit ihrer robusten und langlebigen protectal-plus Antihaftversiegelung, durch die empfindliche Speisen auch ohne viel Fett perfekt gelingen.  
**protect alux premium Pfanne**, Fissler



### KLETTERSTEIG

Kindern, die Sternekoch werden wollen, sollte man helfen, das nötige Niveau zu erreichen. Mit dem stabilen Schemel, der von Menschen mit Behinderungen in den Wendelstein Werkstätten hergestellt wird, können die Kleinen bequem an der Arbeitsplatte werkeln. Die Gumminoppen unter den Füßen sorgen dafür, dass er selbst auf glatten Böden nicht rutscht.  
**Schemel für Kinder**, [www.wertprodukte.de](http://www.wertprodukte.de)



### STANGENHALTER

Für das königliche aller Gemüse lässt beim großen Frühlingssmenü so mancher gerne alles andere stehen – vorausgesetzt natürlich, dass der Spargel den richtigen Biss hat. In dem original-profi collection® Spargeltopf werden die Stangen stehend gegart, damit auch die empfindlichen Köpfe in Bestform auf den Tisch kommen.  
**original-profi collection® Spargeltopf**, Fissler

### SAUBERMANN

Egal, wie engagiert die Küchenhilfen auch sein mögen – um das Putzen prügelt sich keiner. Mit dem clippix Spritzschutz bleibt der Herd selbst bei scharfem Anbraten schön sauber. Praktischerweise passt er auf alle Pfannen von 24–28 cm Durchmesser. Und durch seine clevere Einsteckfunktion bleiben beim Hantieren mit dem Bratgut die Hände frei.  
**clippix Universal-Spritzschutz**, Fissler



### KLECKERKRAM

Beim Kochen und Backen geht schnell mal was daneben – besonders, wenn die Hände noch klein sind. Eine Schürze sorgt dafür, dass Nachwuchsköche auch nach der Küchenschlacht noch so adrett aussehen wie zuvor. Besonders schön sind individuell gestaltbare Modelle aus Drillich, wie sie von der Kreativplattform Zazzle angeboten werden.  
**Personalisierbare Kinderschürze**, [www.zazzle.de](http://www.zazzle.de)



# Richtig braten richtig einfach

Edelstahl oder Gusseisen, mit oder ohne Antihafversiegelung, flach oder hoch, rund oder eckig, als klassisches Stielmodell oder mit Seitengriffen – Pfannen gibt es in den unterschiedlichsten Ausführungen. Gerade Küchenneulinge sind oft überfordert, wenn sie im Geschäft vor den schier endlosen Regalen stehen.

Wer mit seiner neuen Pfanne am heimischen Herd wirklich Freude haben möchte, sollte sich vor dem Kauf überlegen, zu welcher Art Kochtyp er gehört. Bei Gelegenheitsköchen, die eher selten den Herd anwerfen, reichen im Prinzip zwei Modelle: eines aus Edelstahl, das man für Steaks & Co. richtig heiß machen kann, und ein antihafversiegeltes für schonendes Braten und für Speisen, die zum Anhaften neigen. Ambitioniertere Gourmets sind gut beraten, sich diese zwei Pfannentypen in unterschiedlichen Größen zu besorgen – für den kleinen und den großen Appetit. Und dann – je nach Gusto – noch die eine oder andere Spezialpfanne, in der besondere Schmankerln perfekt gelingen.

Um Pfannenkäufern die Auswahl zu erleichtern, hat Fissler sich als Orientierungshilfe ein ebenso einfaches wie geniales System ausgedacht: klar definierte Produktkategorien, die auch auf den Pfannenverpackungen unmissverständlich ausgewiesen sind. Besitzer eines Induktionsherdes erfahren hier auch, ob ihr Wunschprodukt für diese Art des Kochens geeignet ist. Und dann kann man das ausgewählte Teil direkt in den Einkaufskorb legen und sich darüber freuen, wie einfach es sein kann, eine richtig gute Pfanne zu finden.



protect = schonendes Braten

Eierspeisen und Fisch haben einen fatalen Hang: Sie bleiben unheimlich gerne am Pfannenboden kleben. Damit das nicht passiert, braucht man eine Pfanne mit hochwertiger Antihafversiegelung. Die protect Serie von Fissler punktet durch allerbeste »Klebt-nicht«-Eigenschaften, wie sie beispielsweise die protectal-plus Antihafversiegelung garantiert. Weil die extrem langlebig und abriebfest ist, gleitet selbst Zartes problemlos auf den Teller – Omelett für Omelett für Omelett.



special = kreatives Braten

In dieser Produktkategorie von Fissler können Viel- und Gernekocher so einiges entdecken, das ihnen noch mehr Spaß am Kochen beschert – zum Beispiel eine Wokpfanne, mit der man sein Gemüse wie ein thailändischer Garkoch rühren und schwenken kann. Oder eine Fischpfanne, in der selbst die riesige selbst gefangene Forelle Platz hat. Oder eine Crêpes-Pfanne für hauchdünne Pfannkuchen à la Suzette...



crispy = krosses Braten

Die crispy steelux Pfannen von Fissler sind aus hochwertigem Edelstahl gefertigt. Dieses Material hat den Vorteil, dass es extrem hohe Temperaturen verträgt und die Hitze schön gleichmäßig verteilt – optimale Voraussetzungen für perfekt gebratenes Fleisch, das außen lecker gebräunt und innen herrlich saftig ist. Besonders appetitlich werden Steak oder Hühnerbrust in Pfannen mit novogrill Bratfläche. Die sorgt dafür, dass die leckeren Teile sogar ohne Fett gebraten werden können und obendrein eine markante Grilloptik bekommen. Wer seine crispy Pfanne auch mal in den Ofen stellen möchte, wählt ein Modell, bei dem auch der Griff aus Edelstahl ist.



arcana® = herzhafte Landhausküche

Bei vielen Fleischliebhabern kommt nur Gusseisen auf den Herd, wenn Ribeye oder Porterhouse auf dem Speiseplan stehen. Die schweren und extrem robusten arcana® Brat- und Grillpfannen von Fissler sind dank ihrer hervorragenden Wärmeeigenschaften aber auch ideal für rustikale Gerichte wie Tiroler Gröstl oder knusprige Bratkartoffeln. Bei regelmäßigem Gebrauch bekommen die arcana® Pfannen die typische Gusseisen-Patina, die dafür sorgt, dass nicht nur das Fleisch, sondern auch die Beilagen besonders schmackhaft werden.



## In 6 Schritten zum perfekten Steak:

- 1 Fleisch etwa 30 Minuten vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen.
- 2 Pfanne ohne Fett auf mittlerer Stufe (das entspricht rund  $\frac{2}{3}$  der Herdleistung) erhitzen.
- 3 Etwas Wasser in die Pfanne spritzen. Wenn die Tropfen perlen und in der Pfanne tanzen, ist die richtige Temperatur erreicht.
- 4 Nach Wunsch etwas Fett in der Pfanne zerlaufen lassen, dann das Fleisch einlegen und fest andrücken.
- 5 Warten, bis sich das Steak nach wenigen Minuten vom Pfannenboden löst, erst dann wenden.
- 6 Jetzt die Temperatur zurückschalten und das Fleisch auf den gewünschten Punkt garen.



### STAPELHILFE

Ob Antihaf- oder Edelstahlpfanne: Beim Aufeinanderstellen im Schrank bekommen die guten Stücke schnell mal einen Kratzer. Um die Oberflächen vor Beschädigungen zu schützen, sollte man darum eine spezielle Stapelhilfe verwenden. Die fine protect ist aus weichem Silikon und bleibt darum genau da, wo sie ihren guten Dienst leistet.



# Spiel, Spannung und Radieschen



So ziemlich jede Familie hegt früher oder später den Wunsch nach einem ganz besonderen Fleckchen Erde. Einem Platz, an dem die Kids sich nicht auf das Bauen von Sandburgen beschränken müssen, die von einem Rabauken plattgemacht werden, sobald man ihnen den Rücken kehrt. Wo sie ihre Zauberbohne verbuddeln und ihr zuschauen können, wie sie langsam, aber sicher in den Himmel wächst. Kurzum: einem Garten, in dem sich der Nachwuchs austoben und so ganz nebenbei noch den Lehrstoff aus dem Sachunterricht hautnah erleben kann.

Für alle, die keinen Grund und Boden besitzen und auch keinen Schrebergarten gepachtet haben, gibt es seit einigen Jahren einen alternativen Weg zur eigenen Scholle: Immer mehr Landwirte vermieten saisonweise Parzellen, auf denen auch der klassische Städter seinen grünen Daumen erproben kann.

Entstanden ist die Idee, Normalbürger zu stolzen Selbstversorgern zu machen, in Österreich. Dort boten Biobauern im Großraum Wien schon 1987 sogenannte Pflückgärten an, in denen ihre Kunden selbst

tagesfrische Naturkost ernten konnten. In Deutschland zählt die Staatsdomäne Frankenhäuser zu den Pionieren in Sachen Saisongarten. Seit der Bepflanzung der ersten Äcker Ende der 1990er Jahre hat sich der Versuchsbetrieb der Universität Kassel für die Verbreitung des Konzepts stark gemacht – und das mit Erfolg: Heute gibt es von der Nordsee bis zu den Alpen eine ganze Reihe von Einzelanbietern und Initiativen, bei denen man sich Jahr um Jahr sein persönliches Gartenstück sichern kann.

Besonders praktisch an der Geschichte ist, dass die Beete schon fix und fertig mit etlichen Sorten Gemüse und Obst angelegt sind. Das erspart nicht nur das mühsame Umgraben, sondern auch so manche Enttäuschung, weil der liebevoll, aber falsch angesäte Salat partout nicht wachsen will. Außerdem muss man sich keine teuren Gartengeräte kaufen – die stehen nämlich in den meisten Fällen vor Ort zum kostenlosen Ausleihen bereit. Tipps zur Hege und Pflege der Do-it-yourself-Lebensmittel gibt es noch obendrein. Nette Kontakte zu anderen Saisongärtnern und das eine oder andere Rezept zur Verwertung natürlich auch ...

## DER ULTIMATIVE BOHNENTRICK

Ende April die getrockneten Bohnen etwa einen Tag in warmem Wasser einweichen. Kleine Pflanztöpfe zu  $\frac{2}{3}$  mit Erde füllen. In jeden Topf eine eingeweichte Bohne legen und etwa zwei Zentimeter hoch mit Erde bedecken. Vorsichtig gießen, an einem hellen und kühlen Platz aufstellen und immer schön feucht halten. Mitte Mai können die Bohnen dann in den Garten umgepflanzt werden. Nicht vergessen, lange Stangen drum herum in den Boden zu stecken, damit sie ordentlich in die Höhe ranken können!

## Per Mausclick zum Gartenglück – überregionale Angebote zum Appetitmachen



[www.ackerhelden.de](http://www.ackerhelden.de)



[www.meine-ernte.de](http://www.meine-ernte.de)



[www.tegut.com/saisongarten](http://www.tegut.com/saisongarten)



[www.unserland.info/projekte/sonnenaecker](http://www.unserland.info/projekte/sonnenaecker)



# Ferien in Bullerbü

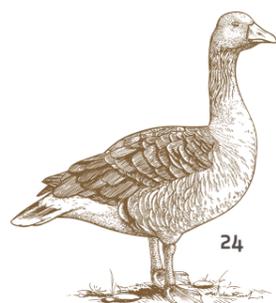
Über 145 Millionen Mal haben sich die Bücher von Astrid Lindgren weltweit verkauft. Wahrscheinlich hat sich so ziemlich jeder der kleinen Leser gewünscht, mal so zu leben wie die Kinder, von denen die herzerwärmenden Geschichten handeln: In einem großen Haus auf dem Land, wo die ganze Familie versammelt ist und alle Freunde direkt nebenan wohnen. Mit einer Wiese voller Apfelbäume, auf die man klettern kann, und ganz vielen Tieren, die nur darauf warten, gestreichelt zu werden. Und wo man beim Streifzug durch die Nachbarschaft auf Schritt und Tritt die tollsten Abenteuer erlebt.



Zugegeben: Im richtigen Landleben geht es nicht ganz so idyllisch zu. Eine Großfamilie kann bei aller Liebe manchmal auch etwas nerven. Außerdem macht alles, was auf dem Hof so kreucht und fleucht, nicht nur Freude, sondern auch ziemlich viel Arbeit. Und dann wäre da natürlich noch die Tatsache, dass man mit Ackerbau und Viehzucht in der Regel bestimmt keine Reichtümer anhäufen kann.

Umso erfreulicher, dass es sie nach wie vor gibt – die traditionellen Familienbetriebe, die von Generation zu Generation weitervererbt werden und wo von den Großeltern bis zu den Enkeln jeder mit anpackt, damit der Laden läuft. Einige von ihnen lassen sogar Fremde mehr oder weniger aktiv an ihrem Leben teilhaben. »Ferien auf dem Bauernhof« nennt sich das Modell, das schon seit dem 19. Jahrhundert praktiziert wird und für beide Seiten eine Win-win-Situation ist: Die Gastgeber verdienen ein gutes Zubrot zum regulären Ertrag ihres Betriebs, und die Sommerfrischler können für die Dauer ihres Aufenthalts die Wonnen des Landlebens genießen.

Wer mag, darf sich bei allen möglichen Aktivitäten austoben, die zum Hofleben gehören und zu denen man normalerweise keine Gelegenheit hat: Heu machen, Zäune ausbessern, Trauben ernten oder im Hühnerstall die Eier einsammeln – vorausgesetzt natürlich, der Bauer gibt dafür grünes Licht. Vor allem den kleinen Gästen macht das einen Riesenspaß. Ihre Eltern können sich derweil entspannt zurücklehnen und ohne schlechtes Gewissen verlockende Erwachsenenangebote wie Hüttensauna oder Heubad nutzen. Oder einfach nur im Gras liegen und träumen – zum Beispiel davon, wie es wäre, der Stadt den Rücken zu kehren und in einem hübsch restaurierten Bauernhaus mit einem großen Garten vor der Tür zu wohnen.



## Landleben nach Maß

Ferien auf dem Bauernhof haben sich schon lange als feste Größe im Reisemarkt etabliert. Rund 4 % aller Übernachtungen in Österreich entfallen nach Aussage des Europäischen Tourismus Instituts auf landwirtschaftliche Betriebe, und in Deutschland liegt der Anteil sogar noch etwas höher.

Weil auch in diesem Segment die Konkurrenz nicht schläft und man mit einem einfachen Pensionszimmer keine Gäste mehr lockt, haben viele Anbieter ein beachtliches Paket an Extras geschnürt. Neben Standards wie Brötchen- oder Abholservice gibt es auch ein Wohlfühlprogramm, das von klassischen Kinderaktivitäten wie Treckerfahren oder Stockbrotbacken bis zu anspruchsvolleren Angeboten wie Wellness-Anwendungen oder Reitkursen reicht.

Auch in puncto Interior Design muss man mittlerweile keine Kompromisse mehr eingehen. Während man früher bestenfalls auf eine authentische Zirbelholzstube hoffen durfte, gibt es mittlerweile sogar Design-Bauernhöfe. Ein besonders schönes Exemplar ist der Ferienhof Middenmank in Mecklenburg-Vorpommern. Dort haben die Besitzer mit viel Stilgefühl sieben lichte Apartments geschaffen, in denen man am liebsten einfach wohnen bleiben möchte. Die Kinder hätten mit Sicherheit nichts dagegen. Ob sie sich dort viel aufhalten würden, bleibt allerdings zu bezweifeln. Dafür sind Kinnerdörp, Kinnerhus und die hauseigene Werkstatt einfach zu spannend.

Ferienhof Middenmank |  
Zum Schnellberg 16 | 19288 Glaisin |  
[www.middenmank.de](http://www.middenmank.de)



# Bestens vernetzt

**Patrick Beermann** kennt wahrscheinlich mehr Mitglieder der »Fissler Familie« als die meisten anderen, die zu ihr gehören. Sogar mit den Kollegen im fernen Japan hat er Bekanntschaft geschlossen und pflegt seitdem – zumindest gelegentlich – mit ihnen Kontakt.

Das Geheimnis seiner umfangreichen Adressdatei liegt in seinem Beruf: Als IT-Spezialist muss er immer zur Stelle sein, wenn es computertechnisch irgendwelche Herausforderungen zu meistern gilt, und zwar überall im weit verzweigten Unternehmen. In Tokio hat er beispielsweise im vergangenen Jahr die Mitarbeiter für das neu entwickelte ERP-System geschult, mit dem unter anderem die Verkäufe im fernen Osten erfasst werden. Seitdem steht er dem japanischen Vertrieb verlässlich zur Seite, wenn es trotzdem noch Fragen gibt oder Probleme mit der Software auftauchen.

Die meiste Zeit trifft man den 28-Jährigen allerdings an seinem Arbeitsplatz in Idar-Oberstein an. In der IT-Abteilung ist er schon seit seiner Ausbildung zum Informatikkaufmann zu Hause. Gemeinsam mit neun Kollegen – darunter zwei Nachwuchstalente, die sich wie er für einen Lehrberuf entschieden haben – kümmert er sich um die Infrastruktur und die Serversysteme von Fissler. Zu seinen persönlichen Hauptaufgaben gehört die Betreuung des Dokumentenmanagementsystems, mit dem sämtliche Dokumente verwaltet werden.

Ansonsten ist er mit Geduld und Einfühlungsvermögen für Kollegen da, bei denen der PC auf die eine oder andere Weise streikt. »Der Kontakt zu meinen Kollegen und die täglichen kleinen und großen Herausforderungen sind das, was ich besonders an meiner Arbeit mag. Kein Tag ist wie der andere, und es bleibt immer spannend.«



**Tipp unter Freunden**

Als bekennender Fleischesser sagt Patrick Beermann zu einem guten Steak nie nein. Sein Rezept für den perfekten Genuss: Das Fleisch 20 bis 30 Minuten vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen und ungewürzt in die heiße Pfanne geben – am besten eine mit novogrill-Bratfläche zum fettarmen Braten mit Grilleffekt.



Patrick Beermann  
System- und Anwendungsadministrator  
seit August 2008 bei Fissler



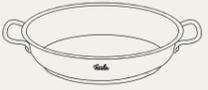
- 

**original-profi collection®**  
Wok mit Metalldeckel, 30 cm  
Seite 7 | UVP: 249,00 €
- 

**original-profi collection®** Kochtopf, 20 cm  
Seite 7, 10, 12 | UVP: 149,00 €
- 

**original-profi collection®** Hoher Kochtopf, 24 cm  
Seite 10 | UVP: 219,00 €
- 

**original-profi collection®**  
Runder Bräter mit Hochraumdeckel, 28 cm  
Seite 7 | UVP: 229,00 €
- 

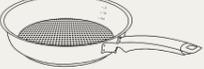
**original-profi collection®** Sauteuse, 16 cm  
Seite 7 | UVP: 99,99 €
- 

**original-profi collection®** Edelstahl-Servierpfanne, antihaftversiegelt, 24 cm  
Seite 7 | UVP: 179,00 €
- 

**original-profi collection®** Spargeltopf  
Seite 19 | UVP: 189,00 €
- 

**luno®** Stielkasserolle ohne Deckel, 18 cm  
Seite 14 | UVP: 89,99 €
- 

**protect emax premium** Pfanne, 28 cm  
Seite 14, 20 | UVP: 84,99 €
- 

**protect alux premium** Pfanne, 28 cm  
Seite 12, 19 | UVP: 119,00 €
- 

**crispy steelux premium** Pfanne, 28 cm  
Seite 21 | UVP: 129,00 €
- 

**arcana®** Bratpfanne mit Holzgriff, 28 cm  
Seite 21 | UVP: 139,00 €
- 

**special fisch** Pfanne, 36 x 24 cm  
Seite 20 | UVP: 149,00 €
- 

**Einsteckbarer Universal-Spritzschutz clippix** | Seite 19 | UVP: 49,99 €
- 

**Bratwender comfort**  
Seite 12 | UVP: 12,99 €
- 

**fine protect** Stapelhilfe, 2er Set  
Seite 21 | UVP: 18,99 €
- 

**Holzschneidebrett 25 cm x 35 cm**  
Seite 10, 12 | UVP: 59,99 €
- 

**profession** Gemüsemesser  
Seite 12 | UVP: 59,99 €
- 

**perfection** Santokumesser mit Kullen, 14 cm  
Seite 10 | UVP: 99,99 €
- 

**perfection** Kochmesser, 16 cm  
Seite 12 | UVP: 99,99 €
- 

**Q!** Kleine Schüssel, 2,3l  
Seite 14 | UVP: 54,99 €
- 

**Q!** Große Schüssel, 4,8l  
Seite 14 | UVP: 64,99 €
- 

**Q!** Kochlöffel mit Silikon  
Seite 12 | UVP: 44,99 €
- 

**Q!** Schneebeesen, 25 cm  
Seite 14 | UVP: 34,99 €
- 

**Q!** Kleines Sieb | Seite 14 | UVP: 19,99 €
- 

**Q!** Pendelschäler | Seite 10 | UVP: 29,99 €
- 

**Q!** Suppenkelle | Seite 10, 19 | UVP: 44,99 €

Schon jetzt die nächste Ausgabe sichern!

Während Sie diese KochLust in Händen halten, arbeiten wir schon mit viel Leidenschaft an der nächsten Ausgabe. Dafür haben wir ein ganz besonderes Schwerpunktthema ausgewählt: Genüsse aus der freien Natur in vielen köstlichen Variationen.

Damit Sie dieses und natürlich auch alle folgenden Hefte nicht verpassen, können Sie die KochLust auch abonnieren. Einfach unter [www.fissler.de/kochlust](http://www.fissler.de/kochlust) registrieren, und das neue Heft kommt druckfrisch und kostenlos zu Ihnen nach Hause.



## IMPRESSUM

**Herausgeber:** Fissler GmbH, Harald-Fissler-Straße 1, 55743 Idar-Oberstein, KochLust@fissler.de

**Gestaltung, Redaktion, Satz:** die basis | Ideenwerk. Kommunikation. Design. Wiesbaden, www.die-basis.de

**Projektleitung:** Beate Adler

**Fotos:** © Jo Kirchherr S. 1, 3, 4, 6, 12, 13, 14, 15, 21, 26, 28 | © Willow Arlen S. 1, 3, 8, 10, 11 | © Astrid Torra S. 1 | © Michael Link Photography S. 7, 19, 20 & 21 | © Xerí Sañé S. 9 | © Beate Bossdorf S. 9 | Kate Kubel S. 9 | © Fotolia: olly S. 5; rawpixel.com S. 5; franzidraws S. 5; ribalka yuli S. 16; Alexander Rath's S. 18; mythja S. 22; Elena Stepanova S. 24; Halfpoint S. 24 | © Bernd Gölling S. 21 | © Sebastian Fuchs S. 16 | © Zazzle Inc. (Schürze) S. 19 | © Caritas Wendelstein Werkstätten (Hocker) S. 19 | © hecht international GmbH S. 19 | © Sven Ehlers S. 26 | © Ackerhelden GmbH S. 23 | © Tammo Ganders für »meine ernte« S. 13 | © middenmank / André Schuldt und Britta Paarmann GbR S. 1, 3, 24, 25 | © Sonnenäcker / UNSER LAND GmbH S. 23 | © tegut... S. 23 | © foodboom S. 17

**Druck:** Prinz Druck, Idar-Oberstein

Irrtum und Änderungen vorbehalten. [www.fissler.de](http://www.fissler.de)

Das Fissler Magazin **KochLust** erscheint zweimal jährlich. Interessenten können sich unter [www.fissler.de/kochlust](http://www.fissler.de/kochlust) in den kostenlosen Verteiler aufnehmen lassen.